

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

СДАЧА НОРМАТИВОВ КОМПЛЕКСА «АЛПОМИШ» И «БАРЧИНОЙ» КАК ФУНДАМЕНТ ДЛЯ БУДУЩИХ ДОСТИЖЕНИЙ УЧАЩИХСЯ В СПОРТЕ И ОБОРОНЕ СТРАНЫ.

10.53885/edinres.2022.61.83.030

**Г. Р. Муратова доцент КГПИ,
Комилова М. студентка КГПИ**

Актуальность темы. В условиях современного реформирования общества сложились системные предпосылки для критического ухудшения здоровья школьника. Неблагоприятная экологическая обстановка, низкий социально-экономический уровень многих семей привели к снижению защитно-приспособительных возможностей детского организма. Неудовлетворенность состоянием физического воспитания отмечается всеми, кто включен в этот процесс или имеет к нему отношение.

Цель исследования: обеспечение комфортных условий обучения, создания мотиваций и условий здорового образа жизни (медицинского обслуживания, спортивных занятий, профилактических занятий, ведения здорового образа жизни).

Ключевые слова: нормативная основа физического воспитания, массовый спорт, оздоровление нации, Государственные образовательные стандарты

"ALPOMISH" VA "BARCHINOY" KOMPLEKSINING NORMATIVLARINI BAJARA OLISH - SPORT VA MAMLAKAT MUDOFAASIDAGI O'QUVCHILARNING KELAJAKDAGI YUTUQLARI UCHUN ASOS ZAMINI

G'. R. Muratova dotsent QDPI,

M. Komilova QDPI talabasi

Mavzuning dolzarbligi. Jamiyatni zamonaviy isloh qilish sharoitida maktab o'quvchisining sog'lig'ining keskin yomonlashishi uchun tizimli shart-sharoitlar yaratildi. Noqulay iqlim vaziyat, ko'plab oilalarning past ijtimoiy-iqtisodiy darajasi bola tanasining himoya va moslashish qobiliyatini pasayishiga olib keldi. Jismoniy tarbiya holatidan norozilik bu jarayonda ishtirok etgan yoki u bilan bog'liq bo'lgan har bir kishi tomonidan qayd etiladi.

Tadqiqot maqsadi: qulay ta'lim sharoitlarini ta'minlash, sog'lom turmush tarzi uchun motivatsiya va shart-sharoitlarni yaratish (tibbiy yordam, sport, profilaktika faoliyati, sog'lom turmush tarzini saqlash).

Kalit so'zlar: jismoniy tarbiya, ommaviy sport, xalq takomillashtirishning me'yoriy asoslari, Davlat ta'lim standartlari

SUPPLY OF STANDARDS OF THE COMPLEX "ALPOMISH" AND "BARCHINA" AS A FOUNDATION FOR FUTURE ACHIEVEMENTS OF STUDENTS IN SPORT AND DEFENSE OF THE COUNTRY.

G. R. Muratova associate professor of KSPI,

Komilova M. student of KSPI

Relevance of the topic. Under the conditions of the modern reformation of society, systemic prerequisites have developed for a critical deterioration in the health of a schoolchild. The unfavorable ecological situation, the low socio-economic level of many families have led to a decrease in the protective and adaptive capabilities of the child's body. Dissatisfaction with the state of physical education is noted by everyone who is involved in this process or is related to it.

The purpose of the study: providing comfortable learning conditions, creating motivations and conditions for a healthy lifestyle (medical care, sports, preventive activities, maintaining a healthy lifestyle).

Key words: normative basis of physical education, mass sports, improvement of the nation, State educational standards

Материалы и методы исследования: был проведен анализ литературных источников и интернет-ресурсов по проблеме повышения уровня физического воспитания и готовности людей к труду и обороне, и использованы данные статистической обработки, полученные в период прохождения студентами государственной педагогической практики.

Республиканский физкультурно-спортивный комплекс «Алпомиш и Барчиной» - это полноценная программная и нормативная основа физического воспитания, нацеленная на развитие массового спорта и оздоровление нации. Данный комплекс предусматривает подготовку к выполнению и непосредственное выполнение населением различных возрастных групп.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

Именно так будет закладываться фундамент для будущих достижений страны в спорте и обороне. А поэтому возрождение комплекса «Алпомиш и Барчиной» в образовательных организациях, сегодня является актуальным и принципиальным. Нормы комплекса «Алпомиш и Барчиной» сдают и взрослые и дети, а впервые внедрение началось именно в системе среднего образования.

В соответствии с Государственными образовательными стандартами среднего и среднего специального образования, согласно постановлению Кабинета Министров Республики Узбекистан за № 187 от 06.04.2017 и постановлению Кабинета Министров «О пропаганде здорового образа жизни и широком привлечении населения к физической культуре и спорту в Узбекистане» [1].

Итоговые результаты учебного предмета по физической культуре должны отражать умение выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений с учётом индивидуальных особенностей, состояния здоровья и режима учебной деятельности, использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга (в том числе при подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) республиканского физкультурно-спортивного комплекса «Алпомиш и Барчиной».

Известно, что школьное образование является основой любой целостной образовательной системы. Именно на этом уровне закладываются основы интеллектуального, физического и духовно-нравственного становления личности.

Таким образом, образовательная область физического воспитания на современном этапе призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в целостном развитии своих физических и психических качеств, в творческом использовании средств физической культуры и в самостоятельной организации здорового образа жизни.

Одним из самых основных проблем школьного обучения является формирование мотивации к учению. В будущей педагогической практике мы рекомендуем формировать у учащихся мотивацию к учению, и потребность к самостоятельным и систематическим занятиям физической культурой на базе создания представлений о здоровом образе жизни. Приобретение данных знаний способствует изменению отношения учащихся к физической культуре, побуждая их стать сильными и хорошо физически развитыми. [3]

Для оценки уровня сформированности мотивации к урокам физической культуры рекомендуем использовать такие методы как педагогическое наблюдение, тестирование, анкетирование. Изучение мотивационной сферы к занятиям физкультурой выявлять через интерес и потребность, занятость в спортивных секциях, оценку уровня физической подготовленности.

Одно из условий формирования положительной мотивации являлось внедрение в образовательный процесс сдачи норм (тестов) физкультурно-оздоровительного комплекса «Алпомиш и Барчиной» в котором принимали участие 95% учащихся в период прохождения государственной педагогической практики студентов нашего факультета. Исключение составляли только освобожденные ученики после болезни и учащиеся специальной медицинской группы. 30% учащихся выполнили тестовые требования комплекса «Алпомиш и Барчиной» на получение нагрудного значки I степени, 50% - значок II степени и на значок III степени – 15%. [2]

В настоящее время в Узбекистане идет становление новой системы образования. Этот процесс сопровождается существенными изменениями в педагогической теории и практике учебно-воспитательного процесса. Поэтому использование информационных и коммуникационных технологий (ИКТ) в учебном процессе является актуальной проблемой современного школьного образования. Для эффективного использования информационно – коммуникационных технологий рекомендуется применять их на разных этапах урока. В начале изучения информационно - коммуникационные технологии применять в подготовительной части урока; при закреплении или проверке знаний – в заключительной части урока и могут использовать также при проверке домашнего задания. Применяя на уроках физкультуры информационно - коммуникационные технологии, следует облегчать процесс обучения, так как закладываются основы техники специфических двигательных действий (метание т/мяча, гранаты, низкий старт и т. д.). [3]

Так, с этой целью под моим руководством студенты-практиканты, имея возможность, разбив технический прием на слайды, показывали их с такой скоростью, с какой это было необходимо для детального изучения и понимания в данном классе. При организации обучения

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

систематически использовался принцип индивидуализации, деятельностный подход, создавались на уроках ситуации успеха, стимулировались достижения учащихся через мониторинг физической подготовленности, учитывая личностный прирост, что позволяло практикантам формировать активное и сознательное отношение к занятиям не только на уроках, но и во внеурочное время.

Для овладения знаниями в области физической культуры и спорта, а также для развития творческих умений студенты-практиканты использовали различные формы работы: домашнее задание, доклады, рефераты, презентации. Такая комплексная работа позволила получить положительные результаты в урочной и внеурочной деятельности. Активно использовались в период госпрактики элементы диагностики и технологии самостоятельной деятельности. Для диагностики учащихся к тому или иному виду физкультурной и спортивной деятельности и выяснения затруднений при их обучении, проводились индивидуальные и групповые беседы. Анализ полученной информации позволял выявить причины затруднений и составить индивидуальные программы занятий. Также в процессе практики часто использовался метод круговой тренировки, что способствовало развитию двигательных качеств, саморазвитию и самоорганизации учащихся.

Для успешной подготовки учащихся к сдаче комплекса «Алпомиш и Барчиной», я, как руководитель педагогической практики оказываю организационно-методическую поддержку, которая содержит:

- включение в программы учебного предмета «Физическая культура» внеучебные курсы деятельности по формированию у обучающихся компетенций, предусмотренных требованиями комплекса «Алпомиш и Барчиной»;

- приобретение и использование необходимых учебно-методических пособий по внедрению тестовых норм комплекса комплекса «Алпомиш и Барчиной» в образовательный процесс,

- использование интернет – ресурсов.

Также как член учебно-методического совета факультета организую семинары по внедрению республиканского комплекса комплекса «Алпомиш и Барчиной» в образовательный процесс через мастер-классы;

- принимаю участие в различных научно-практических конференциях разного уровня (республиканского и международного уровней).

Заключение

Комплекс «Алпомиш и Барчиной» в образовательном процессе нацелен на повышение эффективности использования возможностей физической культуры и спорта в укреплении здоровья, обеспечение преемственности в осуществлении физического воспитания населения, всестороннее развитие личности, в том числе гражданско-патриотического воспитания.

Таким образом, формирование мотивации к сдаче нормативов комплекса «Алпомиш и Барчиной» является актуальной проблемой и требует решения. Качественное решение данной проблемы возможно при участии всех участников образовательного процесса (учителя, родители, учащиеся).

Литература

1. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан за № 187 от 06.04.2017 «Об утверждении государственных образовательных стандартов общего среднего и среднего специального образования»

2. Постановление Кабинета Министров Республики Узбекистан за № 65 от 29 января 2019 г. «О широкой пропаганде здорового образа жизни и привлечении населения к физической культуре и массовому спорту в Узбекистане

3. Садыкова С.В., Кузьмин А.А. «Роль и значение гто в формировании мотивации к занятиям физической культурой и спортом у школьников» // Современные проблемы науки и образования, 2017. № 6

4. Karomatovich I. A. PSYCHOLOGICAL AND PEDAGOGICAL SUPPORT OF YOUNG TEAM ATHLETES //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – Т. 3. – №. 02. – С. 1011-1016.

5. Ibragimov A. K. DEVELOPING THE PROFESSIONAL COMPETENCE OF TEACHERS AS A PEDAGOGICAL PROBLEM //E-Conference Globe. – 2021. – С. 333-338.

Hozirgi taraqqiyot bosqichida jismoniy tarbiya va sport mashg'ulotlarini tashkil qilishning istiqbollari: muammo va yechimlar. Xalqaro miqyosidagi ilmiy amaliy-anjuman. 2022 yil 28-29 aprel

6. Karomatovich I. A. METHODS OF TEACHING CHILDREN FOR MOVEMENT ACTIVITIES IN THE PROCESS OF PHYSICAL EDUCATION //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2022. – T. 3. – №. 1. – C. 242-249.
7. Ibragimov A. K. Catalog of training tasks for training special endurance of young girl handball players. *Academicia: An International Multidisciplinary Research Journal*. Year: 2020, Volume: 10, Issue: 11. P: 486-492. DOI: 10.5958/2249-7137.2020. 01410. X.
8. Narzullayev, Farrux. "Qizlar sporti yo'nalishi bo'yicha tahsil olayotgan qizlarning yengil atletika darslarida kuch siaftlarini rivojlantirishning pedagogik asoslari." *ЦЕНТР НАУЧНЫХ ПУБЛИКАЦИЙ (buxdu. uz) 1.1* (2020).
9. Ashrapovich, N. F. (2021). Determination of physical development of primary school students through national movement games. *Middle European Scientific Bulletin*, 11.
10. Ashrapovich, N. F. (2022). FORMS OF CONTROL OVER THE PROFESSIONAL AND PEDAGOGICAL ACTIVITY OF THE TRAINER AND ITS PEDAGOGICAL SIGNIFICANCE. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 372-379.
11. Narzullayev, Farrux Ashrapovich, and Dinara Olimovna Begimkulova. "Sport psixodiagnostikasi fanini o'qitishda ta'lim texnologiyalardan foydalanishning o'ziga xos xususiyatlari." *Science and Education 3.4* (2022): 1724-1730.
12. Nematovich K. S. Abduyeva Sitorabonu Savriddin kizi, Fatullayeva Muazzam Azimovna, Kurbanov Shukhrat Kuldoshevich. Using of innovation terms in physical education and sport lessons and their social and educational features //Journal of Critical Reviews. doi. – T. 10. – C. 470-471.
13. Abduyeva S. S. Q. Determining the speed and strength of 14-15 year old handball players in jumping //ACADEMICIA: An International Multidisciplinary Research Journal. – 2020. – T. 10. – №. 11. – C. 1212-1220.
14. Abduyeva S. S., Khurbonov S., Sabirova N. Evolution of physical performance and techniques of handball girls aged 11-12 //International Journal of Advanced Research in Science, Engineering and Technology (IJARSET). – 2019.
15. Abduyeva S. S. Activities that increase children's interest in the sport of handball //Innovatsionnoerazvitienuki I obrozovaniemejdunarodnayanauchno-prakticheskayakonferensiya. – 2020.
16. Rasulovna S. N. THE PLACE OF PHYSICAL TRAINING AND SPORTS IN THE LIFE OF SCHOOL STUDENTS //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 04. – C. 306-312.
17. Rasulovna S. N. TOOLS FOR DEVELOPING SPECIAL PHYSICAL TRAINING AND PHYSICAL QUALITIES IN SPORTS GAMES //E-Conference Globe. – 2021. – C. 299-305.
18. Sabirova Nasiba Rasulovna. Basics and Advantages of Individual Training to Increase Technical and Tactical Training of Basketball Players. *AMERICAN JOURNAL OF SOCIAL AND HUMANITARIAN RESEARCH*. ISSN: 2690-9626 Vol.3, No 1, 2022
19. Akmalovich, D. B., Khalilovich, T. M., Rasulovna, S. N., & Savrievich, F. F. (2020). Psychological impact of football games to the formation of individuality of the student. *Journal of Critical Reviews*, 7(6), 466-469.
20. Сабирова Н. Р. Значение физической культуры в современном обществе //Проблемы педагогики. – 2020. – №. 6 (51).
21. Усмонов, Ш. Х., Самадов, С. С., & Фармонов, А. Ч. (2021). Физкультурно-спортивные интересы и мотивационные установки студентов. *Вопросы науки и образования*, (4), 129.
22. Xujamurodovich, U. S. (2022). CORRECTIONS IN JUMPING IN THE DEFENSIVE BLOCK AGAINST AN OPPONENT IN VOLLEYBALL. *Web of Scientist: International Scientific Research Journal*, 3(1), 442-450.
23. Azimovna F. M. The quality assessment technology and development techniques in volleyball players //Web of Scientist: International Scientific Research Journal. – 2021. – T. 2. – №. 04. – C. 242-248.